



XX Colóquio Internacional de Gestão Universitária - CIGU 2021

Universidade frente aos desafios da Pandemia:
Cenários Prospectivos para a Gestão Universitária

Evento virtual
24 e 25 de novembro de 2021
ISBN: 978-85-68618-08-0



EXAUSTÃO EMOCIONAL E O TRABALHO DOCENTE DE ADMINISTRAÇÃO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Elane dos Santos Silva Barroso¹

Instituto Federal do Piauí-IFPI

elane.silva@ifpi.edu.br

Linnik Israel Lima Teixeira²

Instituto Federal do Piauí-IFPI

linnik.lima@ifpi.edu.br

Marcos Antônio Cavalcante de Oliveira Júnior³

Instituto Federal do Piauí-IFPI

marcos.cavalcante@ifpi.edu.br

Michele Ribeiro de Oliveira⁴

Instituto Federal do Piauí-IFPI

micheleribeirooliveira@gmail.com

Ruthe Mendes de Araújo⁵

Instituto Federal do Piauí-IFPI

rutheadm20.1@gmail.com

Tallisson Espedito Lustosa Melo⁶

Instituto Federal do Piauí-IFPI

tallisson.melo.ifpi@gmail.com

RESUMO

O trabalho docente de administração vem passando por entraves durante a pandemia da COVID-19, os quais estão envolvidos o cansaço físico e mental, o estresse, a rotina exaustiva e a desmotivação. O presente estudo buscou verificar através das vivências dos docentes de administração atuantes em uma Instituição de Ensino Federal do Nordeste, a existência ou não da exaustão emocional da síndrome de Burnout (SB) no contexto da pandemia. Foi realizada uma pesquisa descritiva, com abordagem qualitativa utilizando uma entrevista estruturada: de caracterização sócio demográfica e o questionário de Assis (2006) baseado no *Maslach Burnout Inventory* (MBI), em que foram aplicados em 8 professores. Os entrevistados eram 50% do sexo feminino e a outra metade do sexo masculino, com a idade entre 29 a 49 anos, e o tempo de docência varia de 4 até 22 anos. Concluiu-se que no início da pandemia foi desafiador para os docentes se adequarem a nova forma de trabalho, haja vista que um dos pontos mais afetados foi a rotina, devido ao aumento de números de reuniões onlines, a procura demasiadamente dos discentes e à mudança na carga horária de trabalho. Observou-se que 75% dos docentes apresentaram um dos sintomas iniciais da síndrome de Burnout, que é o cansaço ao final de um dia de trabalho, devido à alta carga de atividades remotas.

Palavras-chave: Exaustão Emocional. Pandemia. Docentes.

1. INTRODUÇÃO

Em face da ocorrência da pandemia causada pelo coronavírus e a nova realidade de ensino proposta para os educadores de ensino superior, verificou-se que essa nova modalidade e forma de ensino provocou um certo aumento de exaustão emocional nos docentes, e sentiu-se a necessidade de pesquisar dados que comprovem essa problemática, onde através da interdisciplinaridade procurou-se achar tais dados para análise entre docentes de ensino superior da área de Administração.

É de conhecimento geral que a pandemia da COVID-19 afetou a humanidade e a forma como vemos a vida, de maneira extremamente abrupta e agressiva; estudos comprovam que o principal dano decorrente do isolamento e afastamento social está ligado diretamente à saúde mental do indivíduo (QUADROS DUARTE *et al.*, 2020).

Segundo Mendes de Araújo *et al.* (2020), analisaram-se que vários fatores contribuíram para o estresse dos docentes. As mudanças sofridas por profissionais que já trabalhavam com uma sobrecarga aumentaram ainda mais, além de que o fator ser do sexo feminino viu-se de grande relevância nessa relação, aqueles que não possuíam grande conhecimento sobre tecnologia tiveram de se adaptar e aprender a lidar com esse meio, além do mais aqueles que eram das áreas de Ciências Jurídicas e da Saúde foram os que sofreram mais significativamente o estresse.

Logo, percebe-se que existe um perfil específico e determinado na caracterização de quem é mais afetado emocionalmente, e quem é mais afetado pela pressão causada tanto pelas limitações em época de pandemia, como pela sobrecarga vinda e acumulada com ela.

Uma possível forma de combater aos danos psicológicos e emocionais diante a atual realidade é apresentada por Miranda Santos (2020), ao qual observa a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT)* e como o trabalho de forma ininterrupta pode agir de forma negativa na vida de trabalhadores; além disso momentos de folga do trabalho para a práticas de atividades de lazer que proporcionam prazer próprio são a chave para um restabelecimento emocional.

Diante desse embate, o presente estudo tem por objetivo geral analisar as vivências dos professores em relação à dimensão Exaustão Emocional da Síndrome de Burnout no contexto da pandemia do coronavírus. Já o objetivo específico tem o foco em identificar a existência ou não da exaustão emocional no cotidiano profissional dos professores; e compreender os fatores que podem ou não contribuir para o processo de exaustão emocional dos professores.

Devido aos poucos artigos publicados em revistas que falassem sobre o tema já especificamente no contexto da COVID-19-, viu-se necessário a pesquisa sobre para fins acadêmicos e de conhecimento geral, e acredita-se que esta ajudará pesquisas futuras sobre o tópico.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

A síndrome de Burnout (SB) foi descrita pela primeira vez pelo psiquiatra Herbert Freudenberger em 1974 (Freudenberger, 1974) e atualmente está inserida na Classificação Internacional de Doenças CID-11 (Perniciotti *et al* 2020, p.37). A síndrome de Burnout (SB) é uma resposta prolongada a estressores interpessoais crônicos no trabalho, caracterizada por três dimensões interdependentes: exaustão emocional, despersonalização e redução do sentimento de realização pessoal (Perniciotti *et al.* 2020, p.35).

Os esgotamentos mentais sofridos pelos profissionais dão-se pelos seguintes: À exaustão emocional: é quando o indivíduo perde a capacidade de realizar o seu trabalho com a mesmo vigor que é necessário. Dentes as causas mais comuns, por exemplo, está excesso de atividades diárias e os conflitos interpessoais. Despersonalização é uma característica da

síndrome de Burnout, pois a mesma serve de evidências na diferenciação do estresse, ela faz com que a pessoa desenvolva insensibilidade aos problemas alheios. E a baixa realização pessoal no trabalho ocorre quando o indivíduo começa adquirindo abalo com sigio mesmo, e com a realização de suas tarefas, entre os sentimentos desenvolvidos está o de incompetência.

Em estudos como de Oliveira *et al.* (2020) mostra que é importante desenvolver medidas que previnam o desencadeamento dos fatores, desenvolvendo ações educativas e preventivas que trabalhem saúde física, mental e emocional, visando minimizar situações estressoras de modo que obtenham uma melhor qualidade de vida e desempenho profissional. De acordo com Pêgo, FPL e Pêgo, DR (2016), mostra que umas das formas de combater esse estresse crônico é a necessidade premente de divulgação, para conhecimento por parte dos profissionais que cuidam dos trabalhadores e por parte da população em geral. O conhecimento é, portanto, um passo inicial e decisivo na implementação de medidas para extirpação ou minimização de suas consequências. Na área acadêmica, houve um aumento nas publicações sobre o tema conforme Oliveira *et al.* (2020, p.5) demonstra que entre 2008 à 2015 a produção científica relacionada à temática não ocorria de forma expressiva. Contudo, entre os anos de 2016 à 2017 houve um aumento significativo das produções científicas referentes à Síndrome de Burnout (SB) em professores universitários, reforçando a relevância de estudar o assunto e torná-lo em evidência para comunidade científica e sociedade.

Para Pigatti e Silva, (2020, p. 75058) a docência é uma profissão que apresenta o enfrentamento diário de desafios inerentes à prática da procura pela excelência no ato de vivenciar, transmitir e buscar o conhecimento, além da confrontação com os desafios pertinentes aos diversos relacionamentos interpessoais que a profissão exige. A síndrome de burnout é um conjunto de sintomas relacionados ao esgotamento, e afeta professores (Baptista *et al.* 2019).

A docência é uma profissão a qual é estressante por exigir demais do docente, porém durante a pandemia tornou-se ainda mais complicada, exaustiva para a mente, e exigente ao docente. Dessa forma, a rotina tornou-se ainda mais exaustiva entre tanto planejar quanto lecionar as aulas, haja vista que tiveram mudanças na metodologia de ensino, pois ficou impossibilitado aos docentes lecionar as aulas presenciais, e a maneira de ensinar foi modificada, foi adotada as mídias sociais da internet, como o *google meet* e o *classroom*. Além disso, o docente tem o dever de exercer tarefas administrativas, lidar com conflitos entre seus alunos e à falta de interesse por parte deles, falta de estrutura e recursos financeiros para dar suporte a eles, por exemplo, em projetos acadêmicos de pesquisas.

Atualmente, conforme Silva *et al.*, 2018 os aspectos psicossociais possuem uma grande magnitude, em parte pelo estresse da sociedade moderna. Desse modo, os docentes são os mais afetados pela SB, devido a possuírem contato com o lado emocional das pessoas. Por consequência, quando os estressores superam a capacidade que o indivíduo possui de gerenciá-los, pode ocorrer dele ficar sobrecarregado, desmotivado e, além disso, adquirir o burnout.

Acredita-se que quanto mais o professor possuir experiência e tempo lecionando, ele vai apresentar menor capacidade de adquirir a Síndrome de Burnout, visto que isso pode ser explicado pelo longo tempo habituado, tanto com as normas quanto com valores das instituições de ensino em que trabalham, as suas participações em grupos diversos, isso implica diretamente no quão satisfeito está com seus interesses, impede seu desgaste emocional, consequentemente ele adquire a estabilidade de suas emoções (PRADO *et al.* 2017).

De forma geral, os eventos estressores e a sintomatologia depressiva foram os preditores significativos da SB na amostra e professores de universidade pública demonstram maior nível de desgaste psicológico em comparação aos de universidades privadas, os docentes apresentam maior desgaste psicológico, exaustão emocional por lidarem com mínimo suporte laboral e terem o sentimento de baixa eficiência para dar aulas. (BAPTISTA *et al.*, 2019).

3. METODOLOGIA

O presente estudo tem como objetivo analisar as vivências dos professores em relação à dimensão da exaustão emocional da Síndrome de Burnout durante a pandemia da Covid-19. A pesquisa é de natureza qualitativa que tem a preocupação em analisar e interpretar aspectos mais profundos, descrevendo o comportamento humano. A pesquisa qualitativa não visa à quantificação, mas sim ao direcionamento para o desenvolvimento de estudos que buscam respostas que possibilitam entender, descrever e interpretar fatos. Ela permite ao pesquisador manter contato direto e interativo com o objeto de estudo (Proetti, 2017). Trata-se de uma pesquisa descritiva, pois busca fornecer dados para a verificação de hipóteses através de várias técnicas como entrevistas, formulários, questionários, entre outros (Gil, 2002, p.23).

A fim da obtenção de dados para a análise da presente pesquisa, foram convidados 14 docentes, os quais possuem graduação em Administração, e fazem parte do eixo de gestão e negócios de um Instituto Federal localizado na região do nordeste. O critério utilizado para a escolha dos docentes, foi porque eles fazem parte do público-alvo do estudo, além de estarem mais acessíveis quanto a disponibilidade de contato através da internet, haja vista que as entrevistas tiveram que ser realizadas a distância. O convite para as entrevistas foi feito através de e-mails, contendo neles uma explanação dos objetivos propostos para a pesquisa, dentre os convidados apenas 57,2% deram retorno que aceitariam participar, a fim de contribuir com dados relevantes para o encontro dos resultados.

Dentre os entrevistados há uma faixa etária de idade que varia entre 29 a 49 anos de idade, 50% são o sexo feminino, além disso, 50% responderam que são casados(as), e 37,5% têm filhos. Em relação ao tempo de formação em graduação em Administração dos professores pesquisados, há uma variação de 4 até à 22 anos desde a conclusão do seu curso, o tempo de trabalho na Instituição (IFPI) possui uma variante de 1 à 11 anos, dos 8 professores, 3 tem especialização, 3 mestrado, e 2 possuem doutorado, e todos relatam ter dedicação exclusiva à Instituição de trabalho, e apenas um participante mencionou possuir outras rendas. A fim do sigilo e da não divulgação da identidade dos entrevistados, cada um será identificado com um número correspondente de 1 a 8.

Será utilizado um instrumento aplicável baseado no roteiro de entrevista do trabalho de Assis (2006), para a análise das falas dos professores de administração em relação à dimensão da exaustão emocional. De acordo com Batista, Matos, Nascimento (2017, p.24) a entrevista como coleta de dados sobre um determinado fenômeno é a técnica mais utilizada no processo de trabalho de campo. Por meio dela os pesquisadores buscam coletar dados objetivos e subjetivos. Considera-se a entrevista como uma modalidade de interação entre duas ou mais pessoas. Trata-se, pois, de uma conversação efetuada face a face, de maneira metódica; proporciona ao entrevistado, verbalmente, a informação necessária.

As perguntas que serão utilizadas são baseadas no trabalho de Assis (2006) o qual elaborou as perguntas se baseando no *Maslach Burnout Inventory* (MBI) e que serão utilizados neste trabalho os fatores da exaustão emocional, e do envolvimento pessoal no trabalho, as quais estão dispostas no quadro I.

EXAUSTÃO EMOCIONAL
Perguntas elaboradas para a entrevista:
<ul style="list-style-type: none">• Ao final de um dia de trabalho, como você se sente?
<ul style="list-style-type: none">• Como você se sente em relação ao seu trabalho? Fale um pouco sobre isso.

<ul style="list-style-type: none"> • O que o seu trabalho significa para você?
<ul style="list-style-type: none"> • Para você, como é trabalhar diretamente com pessoas?
<ul style="list-style-type: none"> • Como você se sente ao lidar com seus alunos?
<ul style="list-style-type: none"> • Existe alguma coisa que te deixa irritada em relação aos seus alunos? O que você faz?
<ul style="list-style-type: none"> • A pandemia, afêto de alguma forma, os sentimentos ao lidar com os alunos ou com seus colegas de trabalho? Fale um pouco sobre isso.
<ul style="list-style-type: none"> • Você utiliza algum recurso ou estratégia para se desgastar menos em sala de aula? Qual (ais)?
<ul style="list-style-type: none"> • Quando você se levanta de manhã para trabalhar, como você se sente?

O registro dos dados será baseado em entrevistas semi-estruturadas, gravadas em áudio, com professores do campus de um Instituto Federal do Piauí do eixo gestão e negócios, visando identificar em seus relatos a presença ou não da dimensão Exaustão Emocional da Síndrome de Burnout em seu cotidiano profissional.

4. ANÁLISE E DISCUSSÕES - EXAUSTÃO EMOCIONAL E OS DOCENTES DE ADMINISTRAÇÃO

Neste tópico serão dispostos os resultados relativos à Exaustão Emocional da Síndrome de Burnout, destacando as vivências dos professores.

4.1 SENTIMENTOS EM RELAÇÃO AO TRABALHO

Os docentes ao serem questionados em relação aos sentimentos relativos ao trabalho, tanto ao despertar pela manhã quanto ao final do dia, fazendo um comparativo de como era no presencial e como está sendo no remoto, apenas o entrevistado 6 afirmou que já acorda cansado, porém os entrevistados 1, 3, 5 e 7 afirmaram que se sentem bem ao iniciar mais um dia de trabalho, ressaltando que no início da pandemia tiveram algumas dificuldades para se adaptar à nova maneira de lecionar, mas que agora já se adaptaram. Além disso, o entrevistado 2 relatou que sempre busca estratégias, como a meditação, para se sentir disposto a iniciar mais um dia. O entrevistado 4, afirmou que se sente motivado pela questão da profissão, no entanto, se comparado ao início do período remoto essa motivação diminuiu. Por fim, o entrevistado 8 relatou que acorda normal, ele afirma que não sabe informar se sente tristeza, alegria ou motivação, apenas tem o sentimento de que tudo já está normalizado nesta nova realidade remota.

Em relação a como se sentem no final do dia, 75% dos entrevistados mencionaram que se sentem cansados pela exaustão que é ocasionada pelo trabalho devido à alta carga de atividades remotas que a pandemia trouxe, além de alguns também sentirem exaustão, desmotivação e ansiedade. Destaca-se alguns trechos de algumas falas relevantes sobre o seguinte questionamento: Ao final de um dia de trabalho, como você se sente?

Assim, atualmente eu já tenho controle emocional, já consegui me adaptar ao novo modo de trabalho, então atualmente eu tô bem. Mas no início que foi que começou esse novo modelo remoto foi um pouco complicado, foi um pouco desestimulante no início, depois teve um trabalho danado, depois que foi melhorando. Depois de mais ou menos, dezembro, novembro, que as coisas foram melhorando, que eu já tive mais

prática, aí foi tudo bem, mas tive uma exaustão sim, emocional e física no início, nos primeiros 6 meses, eu posso dizer. (Entrevistado 1)

Cansada, e muito, não é pouco, embora tenha dia que eu tenha somente uma aula. Na quarta-feira tenho aula à noite, então dou aula de 7 às 8, e eu estou sempre dando aula no Google Meet. E na quinta eu tenho duas aulas, uma à tarde e outra à noite. Além disso, tem semanas que eu também tenho a turma do Ensino Médio, totalizando três aulas. Então, eu tenho três aulas para preparar, e daí sempre na quarta eu estou exausta. Fora isso, eu ainda tenho o Doutorado, então eu tenho que conciliar isso tudo com meu Doutorado. (Entrevistado 6)

Tem dias que são mais cansativos e outros não. É bem relativo o cansaço. Quando tenho uma quantidade maior de aula ou de material para produzir, eu me sinto mais cansada que os demais com relação a outras atividades em si. (Entrevistado 7)

Quando os docentes foram indagados sobre como se sentem em relação ao trabalho, 62,5% dos entrevistados sentem-se realizados por exercerem sua profissão. Quanto aos demais respondentes, o entrevistado 1 afirmou que sente-se sozinho e isolado devido ao trabalhar à distância, o entrevistado 3 disse ser feliz por lecionar aulas tanto quando era no modo presencial quanto agora na modalidade remota, e o entrevistado 6 relatou a desmotivação pelo fato de a maioria de seus alunos não prestarem atenção nas aulas, não se dedicarem a responder às atividades e por copiarem e colarem respostas prontas da internet. A seguir, serão expostas algumas falas de suma importância para que haja a identificação se há ou não exaustão emocional no cotidiano dos docentes, as quais são:

As vezes eu me sinto bem começando mais dia, tendo uma perspectiva diferente de muitas coisas boas durante o dia. Mas ultimamente, na maioria dos dias eu tenho me sentido muito ansioso por conta da quantidade de atividades acumuladas que eu tenho. É uma rotina cansativa, porque além das atividades domésticas que são diárias, é a casa, cuidar dos cachorros, fazer comida, e ainda tem as atividades do trabalho. Essa falta de separação do trabalho e a casa prejudica isso também. Há uma mistura que não deixa claro onde termina e onde começa um e o outro. (Entrevistado 5)

Um professor quando questionado sobre a existência da exaustão emocional devido a iniciar mais um dia da sua rotina de trabalho, ele relatou não sentir-se cansado fisicamente e psicologicamente e nem sentir infelicidade, mas enfatizou que isso é resultado da boa relação que possui com o seu filho.

É o principal, você tocou no ponto forte, eu acho que o que não me afetou diretamente na exaustão é isso que ele é o fator principal é fator preponderante. Não dá, não posso me deixar abalar, não dá para se deixar afundar e nem desmotivar, que se eu faço isso , acontece com ele também, então você tocou no ponto certo, ele é o fator principal entendeu? Filho e família. A minha preocupação maior é ele, entendeu? Então porque afetou a rotina dele então eu tenho que tentar fazer o máximo para que ele não sinta esse baque, e ao mesmo tempo, ele faz com que eu não sinta, ocorre esse mutualismo, entendeu? No começo foi complicado, mas depois a gente trabalhou isso de uma maneira bem rápida, entendeu? Então filho e família foi um dos fatores que realmente por estarem aqui na rotina comigo numa rotina que a gente faz cotidianamente, diariamente e isso faz com que as coisas tendem a permanecer dentro do que a gente considera normal, dentro do que dá para ser normal, aí eu não posso mudar aqui o frustrar quando existem pessoas também precisando do meu apoio, ao mesmo tempo eles fazem que eu não sinta esse baque, entendeu? (Entrevistado 8)

Resultados similares foram encontrados por Leite (2019) o qual destaca que nos últimos anos é desafiante para o professor não se limitar somente às salas de aula, ele precisa ir além, organizar seminários, programas de desenvolvimento, o que vai de encontro com a atual

realidade dos docentes os quais além de planejar e lecionar nas suas disciplinas, precisam orientar alunos nos projetos integradores do curso, fazer tudo isso na modalidade remota tornou-se ainda mais difícil. Todo esse trabalho demanda tempo e dedicação, e muitas vezes contribui para o desgaste emocional, o cansaço, o estresse e a exaustão, que são fatores prevalentes da síndrome de Burnout.

4.2 A EXAUSTÃO EMOCIONAL AO TRABALHAR COM PESSOAS, O LIDAR E O QUE CAUSA IRRITAÇÃO NA RELAÇÃO COM OS ALUNOS EM DOCENTES EM ADMINISTRAÇÃO

Dos oitos entrevistados ao serem indagados sobre trabalhar diretamente com pessoas, quatro (4) dizem gostar, porém, dois relataram que não porque tem dificuldades de lidar com pessoas. Já outros dois enfatizam se relacionarem bem. Em uma das entrevistas destaca-se que em decorrência do distanciamento social, por causa da pandemia da COVID-19 as aulas passaram a seguir a modalidade remota. De acordo com o entrevistado cinco, nesse momento eu não gosto de lidar com pessoas virtualmente, eu descobri isso recentemente com essa pandemia. Isso não tem contribuído muito para minha saúde psicológica, esse contato virtual.

Em relação ao sentimento de lidar que os entrevistados sentem com seus alunos, seis falaram que esse sentimento nas aulas remotas é desmotivado, pois sentem falta de compromisso por parte de alguns alunos. E apenas, um dos entrevistados relata em sua fala que permanece indiferente. E outro diz que esse sentimento depende da conectividade da turma.

A integração depende da turma, o jeito como é que os alunos vão se comportar com o passar do semestre aí, eu vou tomando assim aquele amor e ou defendendo aquela turma. Tem turma que eu já não tenho esse amor, já tem outras que eu tenho por causa das afinidades porque o meu trabalho está muito na questão das sensações ou você gosta ou você não gosta e esse gostar vem de várias percepções quando eu abraço a turma. Mesmo mais danado eu gosto e são aqueles que eu mais vou atrás tem um que eu não aliso porque não tem a conexão essa interação por isso que eu digo eu falava mais presencialmente onde eu me apresento para a turma eu digo são eles que vão escolher a professora que está aqui, é vocês. (Entrevistado 2)

Quando perguntados para os entrevistados sobre ter alguma coisa que os deixam irritados aos seus alunos, todos os oitos colocaram a questão de prazos de atividades que alguns alunos não cumprem, a ausência de interesse, e o copiar e colar resposta da internet. Para resolver esse problema, dois disseram que conversam com os alunos a respeito e um dos entrevistados falou que faz meditação. Com relação ao que fazem sobre a irritação causada pelos alunos, o entrevistado 4 destaca que:

Nas minhas aulas eu converso muito com eles as questões da didática das atividades, eu sempre tento fugir dessa questão mais padronizada, tipo a quantidade de questões fechadas e tudo. Sempre tento fazer de uma forma que seja mais fácil para que eles cheguem a dar retorno. Eu fico mais no conteúdo administrado, então mesmo fazendo isso não têm retorno das atividades por isso que às vezes, isso a gente como professor fica preocupado. Sempre tento diversificar as atividades, sempre converso com os alunos para que eles respondam, não só as minhas, mas de todos os outros. Isso é importante. (Entrevistado 4)

Esses relatos vão de encontro aos achados por Silva (2018) no qual ele destaca o fato de o docente ter que lidar diariamente com muitas pessoas, em atividades que exigem agilidade de pensamento para que sejam tomadas atitudes proativas as quais permitam um melhor desenvolvimento dos seus discentes. Desse modo, quando eles não conseguem atingir tal

objetivo, acaba tendo contribuições para os agentes estressores que causam a Síndrome de Burnout nos professores, uma vez que eles se sentem irritados e desmotivados seja devido há alguns alunos não demonstrarem interesse, não cumprirem o prazo das atividades, seja pela falta de compromisso dos alunos.

4.3 SIGNIFICADO DO TRABALHO AOS DOCENTES

Ao serem indagados sobre o significado do trabalho para si, pôde-se perceber que os participantes em geral afirmaram possuir um sentimento de realização, dentre outras respostas também fornecidas foi possível encontrar a satisfação adquirida diante do salário recebido através de seus trabalhos, além disso foi possível verificar sentimentos direcionados aos alunos, tanto de ser útil como até de motivação a se qualificarem mais para melhorar a qualidade de ensino ao discentes, destaca-se algumas falas:

O trabalho significa realização pessoal, independência, uma fonte de renda que eu possa estar ajudando, tanto minha família como satisfazer minhas necessidades pessoais, então, eu me realizo, fazendo o que eu faço, e gosto muito.(Entrevistado 1)

Eu me sinto realizada com a sensação de ser útil, sensação que eu estou retribuindo para a sociedade através dos meus alunos que eu recebi.(Entrevistado 2)

Eu sou muito feliz com o que eu faço, eu gosto do que eu faço me sinto realizado, as atividades que eu desempenho lá na Instituição, eu gosto tanto da Coordenação como na sala de aula, eu gosto também muito de pesquisa e eu me sinto realizado, feliz com o que eu faço, o sentimento que eu tenho são coisas positivas em relação a minha profissão e a minha carreira, o meu desejo é que eu possa cada vez mais me qualificar para estar aqui passando para os meus alunos aquilo que vá contribuir com o aprendizado deles, então sou muito feliz.(Entrevistado 3)

Nota-se que na questão de realização profissional todos os docentes entrevistados estão jubilosos.

Conforme Silva e Salles, (2016,p. 239) a síndrome de burnout é provocada pelo constante desgaste do colaborador, fazendo-o desistir do trabalho e das relações afetivas decorrentes dele, não dando mais importância e ficando inapto a retornar a um novo envolvimento. Para Perniciotti *et al*(2020), apesar dos docentes estarem expostos cotidianamente aos fatores da exaustão emocional, estudos anteriores evidenciam que varia de indivíduos propaga-se aos níveis da SB.

4.4 IMPACTOS PROVINDOS DA PANDEMIA E ESTRATÉGIAS UTILIZADAS PARA UM MENOR DESGASTE

Quando questionados quanto à impactos nos sentimentos provindos da pandemia, alguns participantes se mostraram neutros quanto à situação repentina e o seu decorrer, se vêem superficiais, abertos à uma nova perspectiva onde os relacionamentos e sentimentos se mantêm por iguais, somente que de forma afastada, além da indiferença e o mantimento da personalidade, destacam-se os trechos:

O fato dessa relação mais digital EAD, online né, acaba que a gente não tem tanto sentimento, tanta empatia, tanta relação assim, mais íntima e se colocar no lugar do outro né, que a gente acaba ficando um pouco, como é que eu posso falar? Superficial!(Entrevistado 1)

A gente tá na casa da gente aqui afastado e não tá olhando para a pessoa, então essa forma de conversar mudou, mas eu acredito que o relacionamento com as pessoas e

se eu não sei se mudou, não vejo como, talvez pode ter sido mais um afastamento, né?(Entrevistado 3)

Da mesma forma que eu trabalho na minha personalidade no presencial, nos encontros eu também continuo mantendo a mesma personalidade mesmo jogo de cintura, que tem que ter.(Entrevistado 8)

Alguns sentiram que o distanciamento provindo da pandemia os afetou grandemente quanto ao relacionamento com seus alunos, tanto pela busca excessiva em todos os dias da semana, inclusive os fim de semanas devido a maior facilidade proporcionada nesse contexto, assim como à demora de um retorno por parte dos alunos, quando contatados pelos professores: “Quando voltava para xxxxxxxx eu me desligava, ninguém me procurava, agora online é direto, se perdeu a noção disso, aí a comunicação está bem mais intensa, mas eu dei um limite porque senão ia ficar doida”(Entrevistado 2), o entrevistado 4 afirmou que “Esse sentimento de pensar, e os retornos que os alunos possam dar a ele, causa frustração”.

Tais resultados recaem no que RESIN; KARPIUCK (2016) diz, que quando professores deixam de atender atividades de lazer com suas famílias e amigos para resolverem assuntos relacionados aos seus trabalhos, pode conseqüentemente lidar à uma perda de Qualidade de Vida no Trabalho (QVT), o que nessa época de pandemia pode derivar problemas de desgaste emocional além da síndrome de burnout.

Segundo os resultados achados por SANTOS, Ana Leticia Lima et al.(2020), o ensino remoto não é totalmente eficaz, e trouxe ainda mais dificuldades, os quais já eram existentes nas aulas presenciais, de mesma forma o retorno por parte dos alunos se tornou mais difícil de ser alcançado, provocando assim como foi mostrado acima, frustração aos docentes.

Outros relataram que sentiram-se atingidos pelo fato impossibilidade de irem aos *campus*, de terem de ficar em casa, de não terem o contato direto com os alunos, provocando assim a não satisfação além de irritação:

E sem sair de casa, ou saindo pouco de casa essa rotina é exclusiva ao ambiente doméstico, não me satisfaz, e isso acaba me afetando psicologicamente.(Entrevistado 5)

Por exemplo, essa turma que eu tive alguns problemas no semestre, eu acho que se fosse no presencial teria sido diferente porque com certeza eles teriam conversado comigo sobre algumas situações. Dessa forma, eu acho que se eu conhecesse a turma no presencial essa situação poderia ter sido evitada, e eu não teria passado por essa situação. E esse acontecimento me deixou bastante irritada, se fosse presencial eu acho que teria sido mais fácil de resolver essa situação, porque eles iriam conversar diretamente comigo e me explicar a situação e me pedir autorização para que pudesse apresentar o trabalho na próxima aula.(Entrevistado 6)

Diante da indagação sobre o uso de estratégias usadas para um menor desgaste em sala de aula, alguns docentes disseram que a preparação prévia das aulas, atividades além da utilização da gravação de aulas no contexto aula-remota, são recursos chave para a obtenção de um menor desgaste na hora da ministração de aulas:

Eu procurava deixar feita logo as minhas aulas, se tivesse alguma atividade para fazer já deixar feito, né? Eu procurava me planejar antes. Para que quando fosse no dia no horário da aula, eu já tivesse tudo pronto para aplicar, trabalhar dentro de sala.(Entrevistado 1)

Eu já tenho minha rotina toda feita, então assim, eu estabeleci uma rotina, eu tenho um padrão na forma que eu coloco meus conteúdos que já facilita, então eu preparo minhas aulas antecipadamente, por exemplo, na disciplina de xxxxxxxx, eu já tenho todas minhas aulas prontas, então quando chega na semana, eu só faço colocar a aula lá, coloco a atividade, atualizo algo se tiver alguma coisa para atualizar do período que eu já fiz para cá.(Entrevistado 3)

O recurso que eu uso é gravar aula. Por exemplo, tem dias que eu tenho três aulas, então eu já tive dias que dei as três aulas no Meet, foi horrível porque eu fiquei muito cansada, minha garganta parecia que já estava falhando. Mesmo sendo em horários diferentes, e atribuindo isso a várias outras coisas, você fica muito cansado. O que eu tenho procurado fazer quando acontece de ter essas três aulas, é fazer aulas gravadas para uma dessas turmas. O vídeo é uma forma de me desgastar menos porque eu gravo ele em um dia diferente do que é para ser a aula.(Entrevistado 6)

Três entrevistados disseram que o recurso usado para o menor desgaste está relacionado com a relação direta com os alunos, onde há uma interação com o uso do humor, para atrair a atenção do aluno, porém esse foi um elemento perdido nessa época de distanciamento, além da entrega de maior responsabilidade para os alunos, para serem mais participativos em aula, de mesma programar tudo com antecedência com os alunos, havendo um momento de sugestões por parte dos mesmo com o intuito de melhoria, foram as estratégias em uso pelos docentes:

Na sala de aula eu dou meus exemplos doidos para sorrir para haver uma descontração eu gosto, o ruim é que anteriormente eu interagia e eu via que todo mundo sorria, eu olhava que todo mundo estava gostando, agora não sei, eu só vejo “KKKK”, e quando eu vejo, porque quando eu estou no meet gravando com os slides, não dá de ver o chat(Entrevistado 2)

No começo eu seguia muito a normativa que a gente tem que seguir. Em termos de quantidade de atividades, depois que eu notei que trazer os alunos para interagir mais na aula me trazia um retorno melhor. Então o que eu trago de recurso hoje para minhas aulas é sempre que o aluno esteja participando, eu jogo a responsabilidade pra eles também, para estarem na aula interagindo comigo!(Entrevistado 4)

Na verdade, a gente tenta programar as atividades com antecedência, avisar os alunos também com antecedência. Combinar logo no início da disciplina com eles, apresentar o plano de disciplina, os conteúdos que a gente vai ministrar e também apresentar como vai se desenvolver a atividade como um todo. É um recurso que pra mim tem dado resultado, a questão de esclarecer como tudo vai acontecer para os alunos no decorrer da disciplina. Em alguns momentos pontuais escutá-los, saber o que tá dando certo e o que não tá dando certo. Ouvir sugestões é outro recurso que tem dado certo. Quando alguma abordagem não tá surtindo efeitos a gente conversa, e tenta modificar para atender as necessidades da maioria. Eu acredito que os recursos são esses, programar tudo com antecedência, tanto as atividades quanto às informações que eles precisam para realizá-las.(Entrevistado 7)

Por fim, um entrevistado relatou que o mantimento de uma rotina e ambiente que se assemelhe a forma de trabalho anterior o ajudam a ficar mais tranquilo:

Sim, eu gosto de uma rotina como eu fazia antes no presencial. Eu gosto de tomar banho e me arrumar, mesmo que seja para ficar em casa, separar o material que vou utilizar na aula em uma mesa ao meu lado. Hoje eu gosto de ficar no quintal ou na garagem, que são espaços mais abertos ao ar livre, não tem paredes, são mais ventilados, eu gosto de ficar mais tranquilo.(Entrevista 5)

Logo, se torna notório que fatores minuciosos contribuem para uma mudança na forma como os docentes se sentem em relação ao seu trabalho, aos seus alunos e colegas, e sobre si mesmo.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho apresentou relevância no objetivo em que se propôs, onde buscou analisar as vivências dos docentes da área de Administração no Piauí, diante da pandemia da COVID-19, com relação à dimensão da exaustão emocional da Síndrome de Burnout. Por meio dos resultados obtidos pelas análises dos dados coletados nas entrevistas com os professores,

pôde-se identificar alguns aspectos consideráveis relativos a exaustão emocional da Síndrome de Burnout presente em alguns professores entre eles estão, o cansaço mental e físico, a desmotivação, o estresse emocional e até mesmo um sentimento de culpa por não alcançar o rendimento desejado nas aulas.

Para atingir os objetivos da pesquisa utilizou-se trabalhos de outros autores para compreender a contextualização da dimensão exaustão emocional da síndrome de Burnout, e aplicação de um roteiro de entrevista estruturado para a coleta de dados e posterior análise, relacionadas com o trabalho, sentimento e a pandemia da COVID-19. Assim, é possível identificar fatores no cotidiano que contribuem para a exaustão emocional dos professores, por exemplo, a sobrecarga dos horários e tarefas na modalidade remota, ocorrida por causa do distanciamento social em que os docentes estão enfrentando.

Percebeu-se a partir dos relatos dos professores que em relação ao trabalho exercido, há um grande entusiasmo, pois destacam que ao passar conhecimento aos outros é gratificante e prazeroso. Mas, com a chegada da pandemia do coronavírus, tornou-se um desafio no primeiro momento com a utilização de novas tecnologias, com o passar dos meses acabou causando um cansaço, gerado pela monotonia. Um dos pontos comuns nas falas dos entrevistados foi com relação à mudança da carga horária de trabalho, em que a pandemia da COVID-19 os afetou, porque os números de reuniões online aumentaram, e a procura dos discentes a todo momento sem um horário pré-estabelecido faz com que os mesmos passem muito tempo em frente ao computador, alterando assim sua rotina cotidiana, se tornando exaustiva. É notório que a pandemia mudou a rotina de trabalho de todos os profissionais, e na classe de docentes em Administração não foi diferente, alguns professores relataram que começaram a praticar meditação, atividades físicas, como por exemplo, o ciclismo, e até mesmo a adoção de animais de estimação na tentativa de suprir a falta do contato direto com outras pessoas, além disso pôde notar-se que em um dos docentes a presença do filho ao acordar pelas manhãs faz toda uma diferença de como será o seu dia vai e de como ele vai se sentir.

Acredita-se que houve certas limitações à essa pesquisa, decorrente devido a pandemia do coronavírus, haja vista que ela não foi realizada de forma presencial, e sim através de videochamadas, em alguns casos não foi possível o ligamento da câmera, o que pode ter sido um fator de interferência na hora da coleta dos dados. Também houve problemas de internet que em certos momentos ocasionou interferência no decorrer da entrevista e no entendimento mútuo entre entrevistador e entrevistado, e alguns convidados não aceitaram participar. É importante pontuar que a amostra pesquisada representa uma baixa percentagem dos docentes de administração do estado do Piauí, sendo de suma importância que seja ampliada a pesquisa em trabalhos futuros, com um número de coleta de dados maior. Sugere-se para as pesquisas futuras que sejam feitas nas demais Instituições de Ensino, tanto públicas quanto as privadas, fazendo uma comparação entre elas, para verificar quais docentes sofreram mais com os sintomas da exaustão emocional da síndrome de Burnout durante a pandemia.

REFERÊNCIAS

ASSIS, Fernanda Bernardes de. Síndrome de Burnout : um estudo qualitativo sobre o trabalho docente e as possibilidades de adoecimento de três professoras das séries iniciais. 2006. 146 f. **Dissertação (Mestrado em Ciências Humanas) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2006.**

BATISTA, Eraldo Carlos. MATOS, Luís Alberto Lourenço. NASCIMENTO, Alessandra Bertasi. A entrevista como técnica de investigação na pesquisa qualitativa Revista Interdisciplinar Científica Aplicada, Blumenau, v.11, n.3, p.23-38, TRI III 2017. ISSN 1980-7031

BAPTISTA, Makilim Nunes; SOARES, Thiago Francisco Pereira; RAAD, Alexandre José e SANTOS, Luísa Milani. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 19, n. 1, p. 564-570, 2019.

DE ARAUJO, Renata Mendes et al. COVID-19, Mudanças em Práticas Educacionais e a Percepção de Estresse por Docentes do Ensino Superior no Brasil. **Revista Brasileira de Informática na Educação**, v. 28, p. 864-891, 2020.

DUARTE, Michael de Quadros et al. COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3401-3411, 2020

FREUDENBERGER, Herbert J. Staff burn-out. **Journal of social issues**, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974.

GIL, A. C. **Técnicas de pesquisa científica**. São Paulo: Atlas, 2002.

LEITE, Tatiane Isabela de Araújo; FERNANDES, João Paulo Costa; ARAÚJO, Fernanda Letícia da Costa; PEREIRA, Xiankarla de Brito Fernandes; AZEVEDO, Dulcian Medeiros de; LUCENA, Eudes Euler de Souza. Prevalência e fatores associados à síndrome de Burnout em docentes universitários. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 17, n. 2, p. 170-179, 2019.

*ORIGEM E EVOLUÇÃO HISTÓRICA DA QUALIDADE DE VIDA DO TRABALHO (QVT). Portal Educação. Disponível em: <https://siteantigo.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/fisioterapia/origem-e-evolucao-historica-da-qualidade-de-vida-do-trabalho-qvt/34530>. Acesso em: 21 de fev. de 2013.

OLIVEIRA M. T. B.; MARTINS A. M.; JUSTINO M. G.; OLIVEIRA J. H. G.; PISANO S.; PESSOA C. G. da S.; GOMES R. C. R. P.; SILVA V. C. da; BORGES A. K. P. Síndrome de Burnout em professores universitários: revisão integrativa da literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 9, p. e3688, 30 jul. 2020.

PÊGO, Francinara Pereira Lopes e; PÊGO, Delcir Rodrigues. **Rev. bras. med. trab** ; 14(2): 171-176, maio.-ago. 2016. Artigo em Português | LILACS | ID: biblio-1833 Biblioteca responsável: BR1927.9

PIGATTI, S. E; SILVA, D.G.M.C Relação entre saúde emocional e qualidade de vida no trabalho de professores universitários: revisão da literatura. **Braz. J. of Develop.**, Curitiba, v.6, n.10, p.75058-75075, oct.2020

PRADO, Rosana Leal do et al. Avaliação da Síndrome de Burnout em professores universitários. **Revista da Abeno**, v. 17, n. 3 p. 21-29, 2017.

PROETTI, Sidney. As pesquisas qualitativas e quantitativas com métodos de investigação científica: um estudo comparativo e objetivo. **Revista Lumen**, v. 2, n. 4 2017.

RESIN, S.; KARPIUCK, L. B. Condições de trabalho x qualidade de vida na atividade docente: uma revisão bibliográfica. 2016. Disponível em: http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2016/03/artigo_sirli-resin.pdf. Acesso em: 01 set. 2020.

SANTOS, André Miranda. A QUALIDADE DE VIDA DOS TRABALHADORES NO SERVIÇO PÚBLICO. **Revista Mbote**, v. 1, n. 2, p. 100-124, 2020.

SANTOS, Ana Leticia Lima *et al.* Reflexões sobre as condições de trabalho vivenciadas pelos docentes no contexto da pandemia de covid-19. **Revista Eletrônica Arma da Crítica**, n.14, p. 133-142, 2020.

SILVA, Jorge Luiz Lima da *et al.* Prevalência da síndrome de Burnout entre professores da Escola Estadual em Niterói, Brasil. **Revista Electrónica Enfermería Actual en Costa Rica**, San José , n. 34, p. 14-25, 2018.

SILVA, L., & Salles, T. (2016). O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento.. **Revista de Carreiras e Pessoas**, 6(2). doi:<https://doi.org/10.20503/recape.v6i2.29361>